# الحساسية

## ليست مرضاً وانما هي ظاهرة تحسية

الدكتور عبدالحسين بيرم

# الحساسية ليست مرضاً
# وانما هي ظاهرة تحسيسية فقط

د. عبدالحسين بيرم

الحساسية ليست مرضا ، كما يعتقد أغلب المصابين بها بل هـي اسلوب دفاعي ضد الاجسام الغريبـة التي تدخل الجسم أو تحاول أن تدخل الجسم ٠

تتفاوت درجات هذا الدفاع من عضو الى آخر ، فـي نفس جسم الانسان ضد هـذه الاجسام مؤدية الى حدوث مجموعة من الاعراض المرضية أو الظواهر المرضية والتي يطلق عليها « الحساسية » ٠

ان الحساسية ليست مرضا ، بل هي نتيجة تفاعل طبيعي لاجسام غريبـة تمكنت من اقتحام أنسجة الجسم من المحيط الخارجي عن :ـ

(١) طريق الاغشية المخاطية للانف مسببة حساسية فـي الانف ٠

(٢) الفم مسببة حساسية في الامعاء ٠

(٣) الاغشية المخاطية للعين مسببة حساسية للعين ٠

(٤) عن طريق الجلد مسببة حساسية فيه ، وهكذا ٠

كما ان درجة الحساسية تكون حسب حجم طريقـة

التفاعل بين الاجسام الغريبة والجسم ٠٠ فمثلا ظهور الطفح الجلدي في الطفل والذي يدعوه الى الهرش ، قد يكون ناتج من تحسس الجلد أو الجسم لاجسام غريبة لامست الجلد أو نتيجة لتفاعل حصل داخل الجسم بين الاجسام الغريبة والوسائل الدفاعية داخل جسم الانسان ٠

كما ان الوسائل الدفاعية في الغشاء المخاطي المبطن للانف تجعل الطفل المصاب يعطس مع حدوث رشح أنفي مائي غزير ٠

كما ان الدفاع عن طريق الجهاز التنفسي قد يسبب انقباض في عضلات الشعب الهوائية يؤدي الى حدوث نوع من ضيق في النفس ٠

هناك عوامل كثيرة تمهد لحدوث الحساسية وتطورها داخل الجسم ٠٠ من هذه العوامل هي :

**(١) العامل الاول ـ عامل البيئة :**

هو الذي يمهد لظهور الحساسية ٠٠ فمثلا المواد

العضوية التي تنتج عن تحلل بعض النباتات أو الحشرات أو بعض الاغذيـة ٠

**(٢) العامل الثاني ـ عامل الوراثة :**

وهـي عامل يحدد مـدى استجابة أعضاء الجسـم المختلفة للاجسام الغريبة ، ويحدد درجة الحساسية التي يصاب بهـا العضو ٠

نستطيع بسـهولة أن نتعرف عـن العامل البيئـي وتحديده عن طريق الاختبارات المختلفة للحساسية أو عن طريق تاريخ الحالة المرضية ، ولكن من الصعوبة تحديـد عامل الوراثة ٠

كما ان هناك نقطة هامة جدا ، هي ان العامل الوراثي بمفرده لا يؤدي الى الحساسية الا اذا توفر معـه عامل البيئة ، والتي بدون هذا العامل (عامل البيئة) لا تحدث ولا يمكن أن تحدث الحساسية ، لذا يعتبر عامل الوراثة عامل مساعد فقط لعامل البيئة ٠

ان أغلب انواع الحساسية تختفي تلقائيا بعـد فترة

مـن التعرض للعامل الـذي اثار الحساسية ، كالتعرض للاتربة او العطور او الروائح او تناول اغذية معينـة ٠٠ ان اغلب اسباب حدوث الحساسية ، وخاصـة في الانف والشعب الهوائيـة والشعيبات الهوائيـة ، هي الاتربـة والمواد العالقة في الهواء الذي نستنشقه ، وأنواع خاصة من الزيوت الطيارة ٠

أما الحساسية التي تحدث في الامعاء وخاصة الآلام المعوية والاسهال ، هي نوع معين من الاغذية او جزء معين مـن نـوع معـين مـن الاغذيـة ٠٠٠ لـذا فان الهـواء الملـوث بالاتربة ونوعيـة الغـذاء هي المسببات الاساسية في حدوث الحساسية ، تأتي بعد هـذه العوامل العقاقير الطبيـة التي تستعمل لعلاج الامراض أو الوقاية من الامراض ٠

قد يحدث الشفاء مـن الحساسية بصورة تلقائيـة وبدون اسـتعمال أي دواء بمجرد اكتشـاف المسـبب والابتعاد عنـه ٠

## حساسية الانف

تتسبب حساسية الانف من التأثيرات المختلفة التي تصيب أعلى الجهاز التنفسي ٠

ان الاسباب التي تحدث حساسية الانف ، هي الاسباب العامة للحساسية علاوة على الاسباب المهيئة لها وهي :ـ

(١) كالوراثة أو العوامل النفسية أو خلل في الجهاز العصبي اللا ارادي ٠

(٢) هناك مسببات فعلية أو موسمية ، كحمى القش أو حمى الدريس ٠

(٣) أو مسببات على مدار السنة ، كالمأكولات المختلفة مثل البيض ، أو السمك ، أو الحليب ، والشيكولاته ، والموز ٠

(٤) الجو المحيط بالشخص كالتراب والغبار، وغبار الاصواف والقطن في مصانع النسيج ٠

(٥) وجـود عوامل كيميائيـــة كالغازات او مـواد كيميائية كالاصباغ والبانزين ٠

(٦) وجود عوامل طبيعية كالضوء والحرارة ٠

**الحساسية في الانف هي نوعان :ـ**

**(١) النوع البسيط والذي يُهمل علاجه (وهذا خطأ) ويتميز برشح خفيف بين فترة واخرى مع انسداد طفيف في الانف مـن الناحيتين ، سرعان ما يعود الى حالتـه ٠٠ تكرار هـــذه الحالة تؤدي الى حدوث حساسـية الانف الشـديدة ٠**

(٢) حساسية الانف الشديدا تتميز ب :

ـــ تضخم الغشاء المخاطي للانف ٠

ـــ الرشـح والانسداد ٠

ـــ الصداع بسبب انسداد فتحات الجيوب الانفيـة وهي كهوف هوائية في الجمجمة تتصل بالانف مما تسبب تراكم المواد الصديدية فيها ٠

## مضاعفات حساسية الانف :

اذا تطورت الحساسية بالانف او أهمل علاجها ، أو استمرت لمدة طويلة ، كونت ما يسمى بالزائدة اللحميـة أو بلحمية الانف ·· وهذه الزائدة اللحمية الانفية تتكون في الناحيتين وتشبه عنقودين صغيرين مـن العنب يمتليء بهما الانف ويلزم ازالتهما ، وقد يستدعي ذلك ازالتهما عدة مرات ، لان الاحتمال في رجوع هذه الزوائد اللحمية دائما ما دام الحساسية مستمرة ·

## علاج حساسية الانف :

ولعلاج حساسية الانف يمكن عمل اختبارات جلدية واختبارات دم لمعرفـة الاسباب ·· وعـلى ضوء معرفـة السبب يمكـن تحديد نوع العـلاج ·· وعموما علاجـات حساسية الانف تتركز فيمعالجة أعراض الحساسية وهي الرشح والانسداد والعطس ·

## حساسية الحلـق والحنجرة

في حالـة حساسية الحلق او حساسـية الحنجرة ، يشكو الشخص دائما من حكة حادة في سقف الحلق مـن الداخـل ٠٠ وكذلك يشكو من حكـة داخل الاذنـين ، وكثيرا ما يرغب ذلـك الشخص مـن الهرش فيهمـا ٠٠ وكذلك يشـكو الشخص المصـاب بحساسية الحلـق او الحنجرة أو كليهما سوية من سعال بصورة دائمة وشرقة مستمرة ويبوسـة في الفـم وبحة في الصوت فـي أكثر الحالات وأغلب الاحيان ٠

تعالج هذه الحالـة وهذه الاعراض المرضية ، بنفس علاج حساسـية الانف ، علاج السـبب أو عـن طريق مضـادات الحساسية عـلى فترات متقطعة ٠٠ اسـتعمال المضادات الحساسية قد تؤدي الى عدم فائدتها بعد ذلك ، وقد تؤدي الى مضاعفات في الدم أو في أنسجة الجسم ٠

## الحساسية في الاذن

تسبب الحساسية في الاذن مشاكل كثيرة ، وخاصة في فصل الشتاء حيث تسبب هذه الحساسية في :

(١) انسداد القناة التي تصل الاذن بالانف وتسمى قناة (استاكيوس) ويؤدي هذا الانسداد الى حدوث رشح خلف طبلة الاذن مما يجعل المريض يشكو ضعف السمع، وطاطأة في الاذن ، وخاصة في الاطفال ٠٠ وفي هذه الحالة يمكن قياس ضغط الاذن وسمع الاذن بالاجهزة الكهربائية ثم يمكن عمل فتحة صغيرة في طبلة الاذن لسحب السائل الذي بها ، وتوضع انبوبة للتهوية لمدة شهر او أكثر حتى ينتهي السائل الذي بالاذن ، وتعود الاذن لحالتها الطبيعية ٠

(٢) التهاب الاذن الوسطي بسبب دخول بعض الميكروبات المرضية أو الفيروسات في الانف أو الحلق مما يسبب تفاعل ضدها الجسم بافراز منفرات معينة

تؤدي الى افراز مادة العتامين في الاماكن التي وصلتها هذه الميكروبات أو الفيروسات ·

**العــــلاج :**

حسب استشارة الطبيب ·· فامـا ان تكون علاجـا طبيعيا أو جراحيـا ·· سواء هــــذا او ذاك فهو ســهل وميسور وليس صعبا ·

## هل هناك علاقة بين التدرن الرئوي والحساسية ؟

التدرن الرئوي مرض معد ، شديد العدوى في أكثر الحالات ، يحدث نتيجـــة العدوى بميكروب التدرن ٠٠ وتحدث هذه العدوى عن طريق استنشاق الرذاذ المحمل بالميكروب الموجود في بصاق المريض بالتدرن ٠

ولكي يحدث مرض التدرن لابد مـن مخالطة وصلـة وثيقة مع مريض التدرن الرئوي ٠٠ ويمكن التأكد مـن تشخيص هذا المرض ـ مرض التدرن الرئوي ـ فقط عن طريق رؤية واكتشاف ميكروب التدرن في بصاق المريض تحت الميكرسكوب بعد تلوينه ٠

أما الحساسية فهي عبارة عن رد فعل غير طبيعـي لفعل طبيعـي ٠

قـد يتعرض كثيرون جدا مـــن الاشخاص لمؤثرات عاديـة في الحياة اليومية ولا يحدث لهـم أي رد فعل ٠٠ أما الاشخاص الذين يصابون بالحساسية فانهـم بمجرد تعرضهم لهذه المؤثرات اليومية العادية يحدث لهـم ردوه

فعل غير طبيعية ٠

فمثـــلا : ـ

(١) تتعرض كل الناس للغبار والاتربة ولا يحدث لهم أي حالـة مرضية ، بعكس الشخص المصاب بالحساسية فان مجرد تعرضه للغبـــار قد يؤدي بـه الى ظاهرة أو علامات النهجان وضيق في التنفس وتزميق في الصدر ، وهو ما يتعارف على تسميته طبيا وبصورة عامـة بأزمات الربو الشعبي ٠

(٢) جميع الاطفال يرغبون ان يأكلوا الشيكولاته ، وهـي مفيدة وجيدة لهـم ، ولكن قســم منهم يصابون بالحكة الشديدة بعد تناول هذه الحلوى مع اسهال شديد ومغص معوي شديد في أكثر الاحيان ٠

واضح من هذه الامثلة ، ان هـذه الحالات ـ حالات الحساسية ـ ليست معديـة ولا تحدث نتيجـــة عدوى ميكروبية ، كما هي الحالة في التدرن الرئوي ٠

يتضح من هذه المقدمـة وهذه الامثلة ، ان العلاقـة

بين مرض التدرن الرئوي وظاهرة الحساسية غير موجودة
.. كما اننا لا نستطيع ان نقول :ـ

(١) ان التدرن الرئوي سببه الحساسية .

(٢) ان الحساسية تؤدي الى التدرن الرئوي ..

هذه الحقائق يجب ان تكون واضحة قبل الاستمرار في الحديث عن التدرن الرئوي وعن ظاهرة الحساسية .

من الممكن أن يكون المصاب بالتدرن الرئوي يعاني من حساسية في الجلد أو حساسية في العين كالرمد الربيعي .. مجرد حدوث مثل هذه الحالات هي صدفة وليست بالضرورة علاقة سبب ونتيجة .

هناك نقطة واحدة قد تكون وسيلة للربط بين مرض التدرن الرئوي والحساسية ، وهي ان المريض بالتدرن الرئوي قد تحدث له حساسية لميكروب التدرن الرئوي نفسه .

فبعض المظاهر أو الظواهر المرضية التي يعاني منها مريض التدرن الرئوي قد تحدث نتيجة حساسية

لميكروبات التدرن ولمكوناتها ، وخاصة المواد البروتينية الموجودة فيداخل هذه الميكروبات أو الداخلة في مكوناتها. ومن أهم هذه المظاهر هو الانسكاب البللوري .

في هذه الحالـة يعاني المريض مـــن صعوبة التنفس ( نهجان شديد ) .

ارتفاع درجة الحرارة .

سعال جاف وألم شديد على هيئة نقزة أو طعنة في الصدر ، يزداد هذا الالم مع حركات التنفس العميقة .

تشخيص هذه الحالـة : بالفحص الشعاعي ، عـلاوة على الاعراض والعلامات المرضية، يظهر الفحص السريري والفحص الشـعاعي تجمع ســـائل في الغشاء البللوري المغلف للرئـة .

الدليل عـلى ان مثل هذه المظاهر نتيجـة حساسية لميكروب التدرن هو اختبار يسمى اختبار ( نبركلين ) ، وفيه تحقن مادة مستخلصة من ميكروب التدرن في جلد

المريض فتكـون النتيجة ايجابيــة ، أي حدوث تصلب وتحجر واحمرار في منطقـة الزرق ( الحقن ) في الجلـد يزداد امتداد مقدارها الى عشرة ملليمترات ، بينما لو تم اجراء هـذا الاختبار في شخص لا يعاني مـن الحساسية لميكروب التدرن فان النتيجة تكون سـلبية ، بمعنى عدم حدوث تصلب أو تحجر او احمرار ٠

مما سبق يتضح ، انه بالرغم من عدم وجود علاقـة مسببة بين التدرن الرئوي والحساسية ، الا انهما يمكن ان يرتبطا بأكثر من نقطة ٠ وسواء أكان مريض التدرن الرئوي الـذي قد يعاني مـن الحساسية ، أو مريض الحساسية الذي قد يصاب بالتدرن الرئوي ، فان طبيعة هـذه العلاقة وهـذا الارتباط ، طبيعة دقيقة تحتـاج الى كثير مـن الدراسة والتقييم ، ويتـم ذلك عـن طريق الاستشارة الطبية يبحث فيها الطبيب الاختصاصي عند حدوث حساسية لمريض مصـاب بالتدرن الرئوي ٠٠ أو

مريض مصاب بالحساسية ويصـــاب بالتدرن الرئوي ، لكي يعرف الاسباب ويتصرف بالعلاج تصرفا علميا سليما أزاء كل حالـــة ٠

## حساسية الشعب الهوائية

## ( الربـــو )

يرجع سـبب حدوث الربـو الى الصعوبة في سريان الهواء داخل الشـعب الهوائية والشعيبات الهوائيـة ، ويصاحب ذلك انتفـاخ واحتقان الغشاء المخاطي المبطـن لهذه الشـعب ٠٠ علاوة عـلى افراز سـائل ارتشحائي ومخاطي بداخلهـا ٠٠ ومرور الهواء في هـذه الشعب الضيقة يعطي صوتا قبل الصفير أو تزبيق بالصدر قـد يميزه المريـض ٠٠ تتكرر نوبـات المرض عـلى فترات متتالية ، قـد تكون متقاربة أو متباعدة ٠٠ وقـد تزول هـذه الحالة تلقائيا أو بالعلاج ولا يشعر المريض بشيء بين هذه الازمات أو النوبات ٠٠ وقد لا يستدل بالفحص السريري على وجود علامات مرضية ٠

اذا أهمل المريض العـلاج والنصائح والارشادات الطبيـة ، فقد تزمن الحالـة وتحدث تغيرات مرضيـة بالانسجة نتيجـة للنزلات الشـعبية المتكررة وتؤدي الى

ضيق مستمر بالتنفس وسعال ٠

اهمال المريض العلاج قـد يعرض نفسه الى القصور التنفسي بسبب نقص الاوكسجين بالـدم نتيجة لمقاومـة وصول الهواء بالشعب الهوائيـة ومشاركته في تهويـة الحويصلات الهوائية ٠

أحيانا تزداد نسـبة ثاني اوكسـيد الكربون أيضا بالدم مما يزيد من المضاعفات ٠٠ ومن المضاعفات أيضا انتفاخ الرئـة وفقدان نسيجها لمرونته ، ويتجمع الهـواء بالرئة ويكبر حجمها ٠٠ وهـذا ما يسمى مرض انتفـاخ الرئة ( مرض الامفزيما ) ٠

في هذا المرض يشعر المريض بضيق في التنفس مـع أقل مجهود ، بالرغم من حجم رئته الكبير لعدم مشاركتها في تهوية الحويصلات الهوائية ٠

أحيانا قد يحدث ضيق مفاجيء لمريض الربو ، وقـد لا يكون السبب نوبة جديدة من نوبات المرض ٠٠ ولكن السبب هو انفجار الحويصلات الهوائية في جزء من الرئة

مع تجمع هوائي في الغشاء البللوري ·· هذه من الحالات كما في غيرها التي تستدعي المشورة الطبية العاجلة ، خصوصا اذا صاحبها انكماش ملحوظ بالرئة ·

ان حدوث النوبات الربوية المتكررة تؤدي الى نزلات ربوية مزمنة قد تنتهي الى ارتفاع في الضغط بالشريان الرئوي ويكون هبوط القلب أو عجز القلب هو خاتمة المطاف ·

الربو ظاهرة تحدث لاسباب عديدة وليست كل حالة ربو حساسية ، وان كانت الحساسية من الاسباب الرئيسية لمرض الربو الشعبي ·

الربو مرض من الامراض الشائعة في مختلف بلاد العالم وفي كل الاعمار ·· ويظهر المرض على هيئة نوبات في صعوبة التنفس كنتيجة لضيق الشعب الهوائية الذي قد تأتي بصورة متكررة مما يقلق راحة المريض ويسبب له الكثير من المضاعفات ، ويبذل الشخص مجهودا مضاعفا للتنفس ويشعر بالرغبة الزائدة للهواء ·· كل

ذلك ناتج من سرعة تأثر الانسجة واستجابتها عندما يتكرر تعرض الجسم للمادة المسببة مما يؤدي الى تفاعل أنسجة الجسم بصورة غير طبيعية فتحتقن الخلايا في الجزء المصاب وتفرز سائلا ارتشاحيا مائيا في الانسجة ، وخاصة اذا حدثت الحساسية في القصبات او في الجزء العلوي في الجهاز التنفسي ٠

**أسباب حدوث الربو :**

**أسباب حدوث الربو ، أو العوامل المسببة للمرض :**

الربو ظاهرة تحدث لمسببات كثيرة ، قد يكون السبب هو عامل واحد او أكثر من ذلك ، تختلف هذه المسببات من شخص الى اخر ٠٠ وقد يوجد أكثر من سبب واحد في نفس المريض ، في حالة حدوث الربو لعامل معين أو بسبب تعرض لشيء معين تأتي النوبات بعد التعرض له ٠٠ هذه الحالة ممكن التخلص منها نهائيا بتجنب التعرض الى هذا العامل المسبب ٠٠ وللربو أسباب كثيرة منها أسباب خارجية ، أي خارج جسم

الانسان ، ومنهـا عوامل داخليـــة ، اي داخل جســـم الانســـان ٠

**الاسباب الخارجية ٠٠ هي :**

(١) تنــاول بعض انواع الاطعمــة مثــل الاسماك ، البيض، الرز ، الكاكاو ، مستخرجات الكاكاو ، وغيرها من المواد الغذائية التي قد تكون غير ما ذكرت أعلاه ٠

(٢) حساسية عن طريق الشم مثل رائحة طلع بعض الحشائش ، طلع النخيــل ، الزهور ، العطــور ، لذلك تأتي اغلب نوبات الربو في الربيع ٠

(٣) الحساسية ضد الاتربة فيالشوارع والبيوت ٠ ضد رائحــة القوارض في داخل البيوت وفي الحقــول ٠ حساســية ضد الفطريات العالقــة في الهواء ، وفي جو الغرفـــة والمنزل ٠٠ حساسية ضد رائحـــة السجاير والتدخين ٠٠ حساسية ضد الرائحة النتنة الناتجة من عــدم النظافة المنبعثة مــن بعض الاشخاص ٠٠ دخـــان الافران ٠٠ دخان المصــانع رائحة الحيوانات الاليفـــة

كالكلاب والقطط ·· رائحـــة الحمام والطيور في داخل الغرفة أو البيت او في الحوانيت ليبعها ·

(٤) استعمال بعض الادوية قد تسبب الربو الناتج من الحساسية ضدها وأهمهـا :ـ

أقراص الاســبرين

البنسلين وبعض المضادات الحيوية

الحبوب الملينة ، وخاصة حبوب فينول فيتالين ·

(٥) قــد تحدث حالة الربو نتيجـة الحساسية في مجالات العمل ·· فمثلا تعرض العامل لاحدى المواد التي تسبب حساســـية في القصبة الهوائيـــة أو القصيبات الهوائيـــة ·

**يختلف كل مريض عن الاخر في عامل الحساسية ، لذا يجب اجراء جميع الوسائل المتاحــة والممكنة لكشف** السبب وتجنبه ومعالجة الحالة ·

العوامل الداخليـــة :

(١) القلق النفسي

التوتر العصبي

الخوف من الرسوب في مواسم الامتحانات بين الطلبـة ، من العوامل المهمـة في حدوث نوبات الربو في بعض المرضى أو اشتداد حالة الربو في البعض الاخر ٠

(٢) أمراض الاجزاء العليا من الجهاز التنفسي مثل :

وجود بؤر صديدية بالانف

التهـاب الانف

الجيوب الانفيـــة

التهـاب الحلــق

وجود تضخم اللوزتينأو التهابها المزمن أو المتقيح

الزوائد اللحمية في الانف

التهاب الحنجرة الحاد أو المزمن

التهاب القصبة الهوائية الحـاد

تكرار التهاب القصبة الهوائية الحـاد ·

**حســـاسية الانف**

(٣) الطفيليات المعوية في الاطفـال ·· تفرز هـذه الطفيليات سـموم في داخل الامعـــاء ـ يمتصها الدم ـ تسبب حساسية القصبات الهوائية وتؤدي الى الربو ·

(٤) بعض الامراض بالجسم قـد يصاحبها نوبـات ربويـــة ·

(٥) أمراض رئوية كالتدرن الرئوي · تليف الرئة · أو تليف الغشـاء البللوري ·

(٦) التدخين ، سـواء أكان سجاير ·· سيجار ·· بايب ·· شيشة ·· جوزة ·

من العوامل المهمةالتي تجعل الشخص أكثر استهدافا للاصابة بنوبات الربـو ·

## اعـراض الربـــو :

## اعراض الربو أو مظاهر حالة الربو :

وتتلخص فـــي :

(١) شعور المريض بضيق في التنفس يأتي على هيئة نوبات مفاجئـــة مع تزبيق بالصدر ، ويبـــذل المريض مجهودا مضاعفا للتنفس ٠

وقد تحدث نوبة الربو أثناء النوم ، معناه توقظـه من النوم وتقلق راحتـه ٠

(٢) قد تطول نوبة الربو وتؤدي الى حدوث الزرقـة في الوجه ٠٠ الاظافر ٠٠ الشـفتين ٠

يحتاج المريض في هـذه الحالة الى الاسعاف الفوري والى العلاج السريع المناسب ٠

## نصائح مهمة وارشادات هامة الى مريض الربو :

(١) تجنبأي عاملاو أي شيء مهيج للشعب الهوائية

(٢) امتنع عن التدخين نهائيا والى غير رجعة له ٠

(٣) الثقــة المتبادلة والعلاقة الوثيقــة بين المريض طبيبه المعـالج أساسي وحيوي وضروري في نجاح خطة العلاج . وارشادات الطبيب مهمة جدا للمريض بالربو .

(٤) المريض القلق والمتسرع والذي ينتقل مـن دواء الى دواء اخر ، ومن طبيب اخــر ، لا يتوقع أن يتحســن ذلك التحسن الملموس .

(٥) المريض الذي لا ياخذ العلاج بصورة منتظمة الا عند اشتداد أزمة المرض لا يتوقع تحسنا ملموسا .

(٦) المريض اليقظ الــذي ينفذ التعليمات الطبيــة بدقـــة فيكون من السهولة التحكـم في المرض واختفـاء النوبـات .

(٧) تجنب الاتربة بقــدر الامكان والاماكن الســيئة التهويــة .

(٨) تجنب امتلاء المعدة وخاصة قبل النوم .

(٩) تجنب الامساك وخاصة الامساك المزمن والشديد

(١٠) النوم في غرفة جيدة التهوية ، أثاثها قليل ·· ( الضروري فقط ) ·· تهوية السرير والاغطية وتعريضها للشمس ·

(١١) يفضل لمريض الربو الاكلات الصغيرة المتكررة مع كثرة السوائل ، تفيد كثرة السوائل في طرد البلغم اللزوج ·

(١٢) عدم التعرض للتيارات الهوائية ، والانتقال المفاجيء من مكان دافيء لاخر بارد ·

(١٣) لا تستعمل مهدئات السعال لانها تزيد من لزوجة البلغم وتمنع سهولة اخراجه ·

(١٤) موسعات الشعب الهوائية ضرورية ولكن :ـ

الاعتدال في استعمال مشتقات الادرينالين والكورتيزون لانها أدوية لا تخلو من المضاعفات ولها تاثير ضار على الجسم ·

هناك موسعات للشعب الهوائية حديثة تخلو من الكثير من هذه الاعراض الجانبية ·

(١٥) الرياضة المعتدلة اهمها المشي لمسافة ، حسب قابليـة المريض وفي الهواء الطلق النقـي في جو دافـي، وليس رطبا ٠

تمرينات للنفس تساعد على تحسن الكفاءة الرئوية، وتساعد على الاسترخاء وزوال التوتر ٠

**(١٦) هذه نصيحة مهمة جدا :**

« اذا حدثت نوبة حادة غير ما تعود عليها المريض ، أو اذا طالت مدتهـا ، او اذا صاحبها ألم شـديد فـي الصدر أو اذا صاحب الازمة زرقة الشفاه أو الاطراف » ٠ فعليه فورا وبدون تردد مراجعة الطبيب وعدم التردد في دخول المستشفى ، لان الحالة قد تكون مستعجلة جدا ، ويحتـاج المريـض الى الاوكسجين أو اجراءات طبيـة اسعافية اخرى ٠

(١٧) يضيف العلـم كل يوم شيئا جديدا علاجيـا للامراض ، وهناك أدوية حديثة للربو تخلو من الاعراض الجانبية ٠٠ كما ان الادوية المانعة لتكوين المواد المسببة

للحساسية قد فتحت مجالات متيسرة لكثير من الحالات، فلا يوجد قلق ولا خوف من حساسية القصبات الهوائية أو الشعب الهوائية ( الربو الشعبي ) ٠

## الجلـــد .. والحساســية

قد تسـببب الاغذية في ظروف معينة ـ نوع من الحساسية . قلنا ان الحساسية ليست مرضا وانمـا هي ظاهرة لتفاعل يحدث في أنسجة الجسم وينشا عـن هـذا التفـاعل مجموعـة كبيرة جـدا مـن الاعراض والعلامات . الحساسية ـ وببسـاطة اكثر نوع مـن التفاعل الغريب الذي يحدث داخل انسجة الجسم عند تعرضها لؤثر معين غريب عن الجسم .

فمثلا : ظهور الشري او الارتكاريا ـ حكة شديدة واحمرار في الجلد بعد تناول مادة السمك مباشرة او بفترة قصيرة .

نأكل السمك للاستفـادة منه كمـادة غذائيـه بروتينية مهمة جدا للجسم . ويقوم الجسـم طبيعيـا بالتعامل مع السمك على هذا الاساس وعن طريق عملية الهضم والامتصاص والتمثيـل الغذائي للاستفادة مـن السمك كمادة غذائية . هـذا ما يحـدث عنـد كـل

الاشخاص .

اما في قسم قليل من الاشخاص فقد يعقب تناول السمك الشعور ببعض الاعراض مثل الحكة او الهرمش او الشعور بارتفاع طفيف في درجة الحرارة . هذا ما يطلق عليه بالتفاعل الغريب ـ وهو غريب حقا لأنه لا يحدث عند كل الناس الذين يتناولون السمك وانما فقط عند قسم قليل من الناس .

لماذا يحدث هذا التفاعل الغريب وعند بعض الناس وليس عند جميع الناس ؟

ليس سهلا ـ ولكن بصورة مبسطة وتقريبية هي:

يتكون عند بعض الاشخاص تحت ظروف معينة في الجسم ما يعرف بالاجسام المضادة . وهذه الاجسام المضادة التي تتكون داخل الجسم تهدف الى التخلص من بعض مكونات المواد التي تحدث التفاعل الغريب في الجسم .

يتحدد تكوين هذه الاجسام المضادة باحد العاملين ـ هما :

١ ـ استعداد الشخص نفسه او بمعنى آخر استعداد الجهاز المناعي عند الشخص لتكوين الاجسام المضادة بسهولة .

٢ ـ وجود بعض من المشتقات الغريبة داخل الدورة الدموية او انسجة الجسم او نتيجة لقصور في عملية الهضم او خلل في عملية الامتصاص او اضطراب في عملية التمثيل الغذائي .

قد تكون هذه المشتقات الغريبة هي :

١ ـ احد مكونات الغذاء التي لا تدخل في تركيب انسجة الجسم .

٢ ـ او احد المواد الكيماوية الغريبة التي لم تدخل الجسم .

تحاول هذه الانسجةالتخلص منها بتكوين الاجسام الاجسام المضادة لها .

تتميز هذه الاجسام المضادة بصفات كثيرة منها :

(١) لا تتفاعل الا مع تلك المادة الغريبة او الجسم الغريب او الدواء الغريب .

(٢) تبقى في الجسم دائما ومستعدة للتفاعل مع تلك المادة الغريبة عندما تدخل الجسم .

قد تكون هذه المادة الغريبة موجودة في الدورة الدموية ــ تحدث الحساسية العامة ــ مثل الارتيكاريا ( الشري ) . او تتركز في احد انسجة الجسم فيحدث الاكزيما . او تتركز في الشعبة الهوائية ــ فيحدث ــ الربو الشعبي . او تتمركز في الفشاء المخاطي للانف ــ فيحدث الارتشاخ الاستهدافي ــ الزكام ــ او يحدث حساسية الأنف .

(٣) ان وجود الاجسام المضادة في حد ذاته لا يؤدي الى ظهور اعراض. ولكن تظهر اعراض الحساسية عندما يحدث التفاعل بين الاجسام المضادة والاجسام الغريبة او المواد الغريبة التي تدخل الجسم .

(٤) لا يمكن السيطرة على الاجسام المضادة في تكوينها وتمركزها داخل انسجة الجسم الا في حالة واحدة وهو منع وصول المواد الفريتة الى الجسم .

لذا تفيير هذه الحقيقة وهو منع وصول المواد الفريبة من الدخول الى الجسم هو العلاج الحقيقي للحساسية . اما جميع العقاقير التي تعطى في حالات الحساسية مثل مضادات الحساسية او مشتقات الكوريتزون فكلها موجه الى تقليل الاعراض الناتجة عن التفاعل بين الاجسام المضادة والمواد الغريبه كلها .

قد تكون الاجسام الفريبة التي تدخل الجسم وتسبب هذا التفاعل هي : ــ

اي نوع من الطعام .

اي نوع من الادوية .

اي نوع من الميكروبات ــ بكتيريا او فيروسات الغبار والاتربة .

العطور .

المواد الكيميائية .

او بعبارة اوسع :

ليس الطعام وحده هو الذي يسبب الحساسية بالجلد . حتى عند مناقشة المواد الغذائية او احد المواد الغذائية كسبب للحساسية ـ عدا ملح الطعام والماء ـ هذه المادتين لا تسببان حساسية .

هناك سؤال قد يخطر على بال القارىء ، لماذا زادت الشكوى من ظواهر الحساسية في الوقت الحاضر ؟

الجواب / اساس زيادة ظواهر الحساسية وخاصة بالجلد هو ازدياد استعمال المواد الكيميائية في كل زاوية من زوايا الحياة وكثرة تعرض الانسان اليها ـ ويوميا .

**ظواهر الحساسية في الجلد :**

هي كثيرة جدا واهمها هي : ـ

( ١ ) **الأكزيما** : ـ

نوع من الالتهاب الجلدي يحدث كتعبير عن حدوث

تفاعل بين أجسام مضادة داخل انسجة الجلد وبالتحديد خلايا البشرة وبين مواد محرضة قد تكون هذه المواد مواد كيمياوية وقد تكون اطعمة وقد تكون بعض المضاعفات لبعض الميكروبات مثل البكتيريا ، او قد تكون بعض المضاعفات لبعض الفطريات او الغبار او الاتربة او حبوب اللقاح .

يحدد أعراض الاكزيما هو مكان تمركز المواد المضادة .

تاخذ الاكزيما انواعا كثيرة واشكالا كثيرة منها .

**أكزيما الملامسة :**

وهي التي يكتسب الشخص حساسيه عن طريق التلامس الجلدي مع بعض المواد الكيميائية مثل مستحضرات التجميل وصبغات الشعر والمنظفات الصناعية وعصير الخضروات وغيرها من المواد وتكوين اجسام مضادة من هذه المسببات . اكزيما الملامسة حالة قد تحدث بين بعض العاملين في المصانع التي تنتج هذه

المستحضرات ـ وللوقاية من حدوث مثل هذه الاكزيما لابد من ارتداء البسة وقائية وكفوف مطاطية وقائية اثناء العمل .

**الاكزيما الموروثة :**

هي نوع من الاكزيما تحدث نتيجة وروث الاستعداد لسهولة تكوين المواد المضادة ضد بعض الاطعمة او الالبسه مثل الصوف والألياف الصناعية او حبوب اللقاح .

**الاكزيما الميكروبية :**

وهي نوع من الاكزيما يحدث نتيجة لاصابة الجلد ببعض الالتهابات الميكروبية فيحدث تكوين مواد مضادة لبعض نتائج الالتهاب في الجلد المحيط بهذا الالتهاب الميكروبي .

**(٢) الارتيكاريا ( الشري ) :**

هذه الظاهرة اكثر شيوعا من الاكزيما واكثر حدوثا بين الاشخاص . تتميز على شكل بقع مرتفعة

( درنه ) جلدية مصحوبة بحكة أو هرش وتختلف حدتها من شخص الى اخر .

**أسباب ( الارتيكاريا ) :**

حد الاشياء الآتية .

( ١ ) بعض الاطعمة . تختلف من شخص لأخر .

( ٢ ) الادوية . خاصة البنسللين والاسبرين .

( ٣ ) الطفليات المعوية . وخاصة الاسكارس والانكلستوما .

( ٤ ) البثور الصديدية .

( ٥ ) الاصابة بأحد الامراض الباطنية الآتية : ـ

- تضخم الكبد
- التهاب الكبد
- التهاب الكلية
- امراض الكلية الاخرى .

قد تحدث هذه الحالة ـ الارتيكاريا في الاغشية

المخاطية وخاصة الشفتين وتؤدي الى تورمهما او تورم الغشاء المخاطي في الاحبال الصوتية ـ قد يؤدي الى الاختناق .

قد تحدث حالة ( الارتيكاريا ) وتصيب الغشاء المخاطي في الامعاء مؤدية الى الاسهال في اكثر الحالات او الامساك مع المغص المعوي في كلتا الحالتين .

**(٣) الطفح الدوائي :**

تحدث هذه الحالة نتيجة الحساسية لبعض العقاقير . تأخذ هذه الحالة صورا واشكالا مختلفة تختلف حدتها من شخص الى اخر ـ ومن حالة استعمال دواء الى حالة استعمال دواء غيره .

تعتبر الحساسية للادوية اخطر انواع الحساسية وان حدوث الطفح الدوائي حالة بسيطة بالنسبة الى الظواهر الاخرى التي قد تحدث ويسببها داخل الجسم . لذا فيجب على الشخص الذي يعاني من هذا النوع من الحساسية الامتناع عن العقاقير المسببة

للطفح الدوائي مهما كان العقار هاما .

**(٤) الالتهاب الاحمراري المتعدد :**

يظهر على شكل التهاب احمراري متعدد الاشكال ويصيب الاطراف والرقبه والوجه .

وفي كثير من الحالات تحدث نتيجة حساسية لبعض الاغذية او لبعض الادوية او لبعض البكتريا التي قد تكون موجودة في بعض البؤر الصديدية في الجسم .

**ما هو العلاج لحالات الحساسية، وخاصة في الجلد ؟**

ان جميع العقاقير المتاحة والموجودة الآن لاتتعدى كونها عقاقير لتقليل من اعراض التفاعل الذي يحدث نتيجة للحساسية ولكنها لا تمنع الحساسية .

ان علاج الحساسية الحقيقي هو تشخيص السبب للحساسية او بمعنى ادق تحديد المسبب للحساسية وتجنبه والابتعاد عنه ضروريا وبقدر الامكان وحسب الظروف .

يتطلب التشخيص لمعرفة المسبب الدقة والملاحظة لفترة قد تطول وتعاون المصاب مع الطبيب تعاونا كاملا .

## الحساسية ٠٠ والعيون

لا بد من المحافظة على العيون من الاصابة بالحساسية . ولكن هناك الرمد الربيعي ـ وهو ظاهرة موسمية تظهر خلال شهور الربيع شباط ( فبراير ) وآذار ( مارس ) ونيسان ( ابريل ) . ويرجع سبب هذا الرمد الى نوع من الحساسية .

**الرمد الربيعي :**

اهم مصادر الحساسية في هذا المرض او الظاهرة المرضية هي : ـ

( ١ ) الاشعة فوق البنفسجية والتي تكثر عادة في شهور الربيع الثلاثة .

( ٢ ) شم حبوب اللقاح في الزهور او لمس الزهور .

( ٣ ) بعض انواع الاتربة .

جرت الحالة على تسميته بالرمد الربيعي ـ او بهذا الاسم لكثرة حدوثه في الربيع . هناك بعض الحالات منه تستمر طوال اشهر الصيف .

يصيب الرمد الربيعي الاطفال والشباب وقليلا الشيوخ . هناك احتمال وراثي في هذه الحالات .

**ظواهره المرضية :**

يتكرر حدوثه في الربيع .. يتميز ب :

- دموع شديدة وغزيرة وخاصة في الصباح .
- حكة شديدة ـ او رغبة شديدة في حكة الاجفان .
- عدم القدرة على مواجهة الضوء .
- يصيب الرمد الربيعي الملتحمة والقرنية بالعينين وهناك افراز خيطي ـ او افرازات بها خيوط رفيعه خاصة في الصباح حيث تتجمع داخل العين .
- فحص هذه الافرازات وفحص المريض يظهر هذه التفيقات في الملتحمة خاصة في الجفن العلوي .

هـذه التفيقات هي عبـارة عن حلمـات صغيرة مفرطحـة بيضاء اللـون واحيانـا تظهر بشـكل جيلاتيني بالملتحمة حول القرنية .

**مضاعفات الرمد الربيعي :**

هى القرحة بالقرنية وهي صعبة العلاج في اكثر الحالات .

**علاج حالة الرمد الربيعي :**

**العـلاج الموضعـي :**

لتخفيف الاعراض التي يشكو منها المريض وذلك عن طريق :

( ١ ) استعمال القطرات المسـكنة والقابضة للاوعية الدموية .

( ٢ ) استعمال قطرات فيها مضادات الهستامين او او استـعمال مركبـات الكورتيزون في الحالات الشديدة .

يجب ان لا تستعمل هذه المركبات لمدة طويلة لما لها

من مضاعفات .

استعمال ووصف هذه العلاجات الموضعية يجب ان تكون بوصف واشراف الطبيب الاختصاشي .

( ٣ ) مكمدات الماء البارد قد تستعمل وتسبب راحة المريض .

( ٤ ) قد يستعمل غسول حامض ضعيف لمعادلة الافراز القلوي الذي يعتقد انه يسبب الحكة « الهرش » الشديدة قبل غسول اليوريك ٢٪ وخصوصا اذا كان الافراز كثيرا .

**العلاج العام :**

هل اجراء التجربات للحساسية لمعرفة مصدرها وبالتالي علاج السبب .

قد يعطي بعض مضادات الهستافين ومضادات الحساسية عن طريق الفم وكذلك مركبات الكورتيزون .

استخدام النظارات الملونة خاصة في المرضى الذين لا يحتملون الضوء الشديد والشمس .

**(٢) اميلوبيا التبـغ :**

هي عبارة عن ضعف في قوة الابصـــار وتنتج عن التسمم بمواد ضارة موجودة في التبغ المحترق . هذا يعطينا المجال ـ ما هو تأثير التدخين على العين .

## تأثير التدخين على العين

يؤثر الدخان المتصاعد اثناء التدخين على اغشية العين الخارجية الحساســة مثل الملتحمة ويـؤدي الى حدوث التهابات بها خصوصا اذا كان التدخين في مكان مغلق غير جيد التهوية .

كما ان الافراط في التدخين يؤثر على بعض خلايا الشبكية والياف العصب البصري فيؤدي الى تلك الحالة المرضية المسماة امبلوبيا التبغ او التدخين .

يلاحظ المريض ان نظره قد بدا يضعف تدريجيا وانه يجد صعوبة في القراءة وفي اداء الاعمال الدقيقة .

وكذلك في بعض الحالات يشكو المريض من عدم

قدرته على تميز درجة الوضوح الآلوان خاصة اللونين الاحمر والاخضر .

تدخين الفليون ـ تدخين السجاير ـ تدخين السيجار ـ مضأ الدخان . النشوق ، كلها تؤثر على العين وتسبب هذه الحالة المرضية وكذلك النركيلة والفرشة ونجد ذلك من المواد المستعملة للدخان في اي منطقة في العالم حسب عادات سكانها .

اما كمية الدخان او السجاير التي تسبب هذه الحالة فهو حالة استمداد وحالة حساسية العين لدخان السجاير او الفليون او غير ذلك وان استهلاك ١٥ ـ ٢٥٠ غرام من التبغ اسبوعيا والمعدل ٩٠ غرام اسبوعيا يسبب هذه الحالة خلال عام واحد وبصورة مستمرة .

اكثر ما تصيب هذه الحالة الشباب المدخنين في سن مبكرة .

لعلاج حالة الامبلوبيا الناتجة من التدخين في العين لابد من :

( ١ ) الامتناع النهائي عن التدخين .

( ٢ ) اخذ زرقات فيتامين ب ١٢ تحت ارشاد الطبيب حيث وجد انه ذو فائدة في العلاج .

( ٣ ) العناية بالصحة العامة .

( ٤ ) العناية بالصحة النفسية .

تختفى الحالة نهائيا بعد شهرين من الانقطاع عن التدخين .

## الحساسية ·· والحمل

تصبح أمراض الحساسية المختلفة ، مشكلة حقيقية عندما تصيب المرأة الحامل خلال شهور الحمل ·· فأدوية الحساسية ممنوعة خلال هذه الفترة ، خصوصا في الشهور الاولى لما قد تشكله من خطر على سلامة الجنين داخل الرحم ·· وقد يظهر على شكل تشوهات خلقية بعد الولادة ·

ولكن لا تقلقي يا سيدتي الحامل ، فغالبا ما تتحسن حالات الحساسية أثناء الحمل وذلك لسبب بسيط مهم جدا ، وهو ان نسبة الكورتيزون ترتفع في الجسم أثناء فترة الحمل ·· والكورتيزون هو من أفضل الادوية لعلاج حالات الحساسية المختلفة ·

ان علاج حالة الحساسية ، اذا ظهرت أثناء الحمل يعتمد على استخدام الادوية الملطفة المؤقتة ، وتجنب اي أدوية قد تؤدي الى اثار ضارة على طفل المستقبل ·

جرت الحالة على التفسير ، انه كثير من امراض

الحمل ومظاهرها غير الطبيعية تفسر بأنها نتيجة لحساسية الام من حالة الحمل نفسها .. فامراض تسمم الحمل والتقيؤ خلال الشهور الاولى ، وغير ذلك من مشاكل المرأة تعتبر من مظاهر الحساسية غير الطبيعية للجسم الناتجة من وجود الحمل ، وان بعض حالات الاجهاض المتكرر تفسر بأنها محاولة من جسم الام للتخلص من الجنين ، بعد معاملته كأنه جسم غريب يجب طرده باستمرار والتخلص منه .

## الحساسية .. والعقم

قد يكون السبب في حالة العقم عند بعض السيدات ان لديهن حساسية ضد الحيامن المنوية من عنق الرحم ، وبالتالي لا تتمكن هذه الحيامن المنوية من دخول الرحم لانها تقتل عند عنقه بواسطة الاجسام المضادة، وبالتالي يكون العقم أو عدم حدوث الحمل هو النتيجة الطبيعية المتوقعة .

ان بعض حالات عدم تكوين البيوضة وخروجها من المبيض ( التبويض) تفسر بحساسية جسم المراة والمبيض لهورمونات الغدة النخامية المسؤولة عن تنظيم النشاط المبيض .

الحمل في مثل هذه الحالات ليست بالحالة الصعبة المعقدة وانما التشخيص الدقيق الصحيح هو أول مرحلة من مراحل العلاج السليم لحالة العقم في المرأة .

فمثلا بالنسبة لاكتشاف أجسام مضادة للحيامن المنوية في افرازات عنق الرحم يمكن للزوج استخدام

الواقي الذكري لفترة حوالي ستة اشهر حتى تختفي حساسية الزوجة ضد السائل المنوي ، وبالتالي تختفي الاجسام المضادة .. ويمكن للحيامن المنوية أن تمر بسلام وأمان من خلال عنق الرحم بحثا عن البويضة حتى يتم الحمل .

## الحساسية .. وتنظيم الاسرة

اذا كان قسم من السيدات يشكين ويتألمن من عدم الانجاب والعقم والحرمان من الامومة ، والشوق الى الاطفال والرضاعة .. فهناك نساء متلهفات على وسيلة مضمونة أمينة أكيدة لمنع الحمل لعدم استطاعتهن الانجاب أكثر ، ولعدم استطاعتهن تحمل مسؤولية انجاب أكثر صحيا واقتصاديا .

وقد استغل العلم الحديث الحقائق حول حدوث الاجسام المضادة ضد الحيامن المنوية في عنق الرحم وحساسية الجسم لبعض النساء ضد افرازات الغدة النخامية الهرمونية .. فالبحوث تجري الان وبصورة جدية لاستنباط وسيلة لمنع الحمل هي عبارة عن نوع من هذه المضادات أو الفاكسين المضاد للحيامن المنوية أو هورمونات الغدة النخامية ، حتى يمكن التحكيم في حدوث الحمل بعيدا عن أقراص منع الحمل ، وعن اللوالب ومضايقاتها .

ثبت في الوقت الحاضر بصورة احصائية أكيدة ، ان المضاعفات الناتجة من استعمال حبوب منع الحمل، هي شديدة وقاسية ، وقد تسبب الوفاة الفجائية بسبب تأثيرها على القلب ، حيث هناك احصائيات نشرتها مجلة طبية بريطانية قبل سنوات ، ان امرأة واحدة تموت فجأة من بين كل ٢٠٠٠ امرأة تستعمل حبوب منعالحمل في عمر بين (٣٥ـ٤٠) سنة ٠٠ وهذه النسبة عالية لمرض واحد ، بسبب استعمال حبوب منع الحمل ٠

## الحساسية وامراض النساء

الحساسية مسؤولة عن كثير من حالات الالتهابات في الاعضاء التناسلية عند السيدات والفتيات ، على حد سواء ٠

فاستخدام الملابس الداخلية المصنوعة من النايلون وغيره من الالياف الصناعية المنتشرة في الوقت الحاضر بكثرة تسبب في كثير من الحالات ، نوعا خاصا من

الحساسية المصحوبة بحكة شديدة وهرش شديد . وقد تشخص هـذه الحالات على انهـا التهابات ميكروبية او فطرية ويعطى لها المضادات الحيوية للعلاج ، في حين ان علاجها بسـيط ، وهو الابتعـاد عن هـذه النوعية مـن الملابس الداخلية واستعمال الملابس الداخلية القطنية .

## الحساسـية .. والغـذاء

الغذاء ضروري جدا لبناء جسم الانسان . ولكن :ـ

(١) هل يمكن أن تكون بعض الاغذية مضرة وتؤدي الى حالة من الحساسية ؟.

الجواب : نعـــم ..

(٢) هل يمكن تعويض الجســم باغذية اخرى تحمل نفس القيمة الغذائية ؟.

الجواب : نعـــم ..

(٣) هل يمكن لأي انسان تلافي هذه الحساسية ؟.

الجواب : نعـــم ..

ان أكثر الاغذيـة التي قد تسـبب الحساسية عنـد الاشخاص ، أي بعض الاشخاص هـي وحسب ما هـو شائع في مجالات حدوث الحساسية من الاغذية ٠

البيض ـ الحليب ـ القمح ـ الباقلاء ـ البرتقال ـ الـذرة ـ الطماطة ـ الشيكولاته ـ المـوز ـ السمك ـ التوابل ـ البطاطس ـ لحوم الدجاج ٠

وقـد تحدث الحساسية في جزء دون اخر مـن أجزاء الجسم ، وكذلك لجزء مـن الغذاء أو لنوع واحـد او أكثر من الاطعمة ٠

هناك نقاط مهمة في علاقة الاغذية بالحساسية منها :

(١) تؤثر الحالة الصحية والحالة النفسية على سرعة حدوث الحساسية للغذاء وحدتها ٠٠ فقد يأكل الشخص الطعام لايام وشهور ، دون الاصابة بالحساسية ، ولكنها قـد تظهر فجأة اذا وقـع الفرد تحت ظروف اجتماعيـة ونفسية معينـة ٠

(٢) تلعب الوراثة دورها في هذه الظاهرة ، الا انـه

ليس مــن الضروري أن تكون الوراثة لنفس الطعام ..
فمثلا قد يكون الاب حساسا لطعــام معين مثــل البيض
ويولد الابن ولديه حساسية لطعام اخر .

**ظواهر الحساسية للغذاء :**

(١) الارتيكاريا ـ أو طفح جلدي ، أو أكزيما .

(٢) جفــاف الجلــد .

(٣) تقرحات الفم ، حساسية الغشاء المخاطي للفم .

(٤) غثيان وتقيؤ واسهال ، حساسية الجهاز الهضمي

(٥) تهيج القولون .

(٦) صداع وضيق في التنفس .

(٧) احمرار وتورم وحرقان بالعين .

**تشــخيص الحالــة :**

بالاختبارات الجلدية لنوعية الاغذية .

**العــــــلاج :**

علاج السبب ، الابتعاد عن الطعام المتسبب في حدوث
هــذه الحساسية .

توجد محاولات للتخلص من هذه الحساسية ، وذلك باعطاء الطعام المتسبب بكميات صغيرة على فترات متباعدة وتزداد الكميــة بالتدريج حتى يمكن أن يتعــود الجسم عليهــا ، ثم نقلل المــدة من بــين الجرعات ، اذا بدأت مظاهر التعود والتأقلم ٠

**الخاتمــــــة :**

الحساسية ليست مرضا بحد ذاتها وانما هي ظاهرة لمرض نتيجة تفــاعل وتصادم بين أجســـــام غريبة تدخل الجسم ، والجسم يريد التخلص منها فيكون فــي داخل أنسجته وأجهزته وسائل دفاعية دقيقة ضد هذه الاجسام الغريبــــة ٠

الحساسية ظاهــرة أصبحت منتشرة في جميــع أنحاء العالم وان نسبة حدوثها في تزايد مستمر سنة بعد اخرى، وفي جيل بعد اخر ٠

يعزى العلماء اسباب حدوثها ، ليس فقط الى عوامل البيئــة والوراثة وما يتعلــق بهذه او بتلك وانمــا الى

الحالات العصبيــــة والنفسية وجميــع مؤشرات هـــذه الحالات مــن انفعال وقلــق وتفكير ومغامرة وأحزان ٠٠ والتدخين والمشروبات الكحولية ، هــذه الامراض النفسية المنتشرة الان بين الاشخاص في الدول الصناعية خاصة ، لذا نجد ان نسبة الحساسية وما تتعلق من أمراض هي أكثر في هذه الدول الصناعية ، علاوة على تلوث البيئــة بمواد غريبــة لم يتعود الجسم عليها ، علاوة على تطور المدنية الحديثــــة ومشاكلها الاجتماعيــــة والاقتصادية والاعتماد عــلى اسلوب الطعام المعلب ( المعلبات ) وليس على اسلوب الطعام الطازج ٠

الحساسية ٠٠ حالة أصبحت لها ابحاثها ودراساتها ومعاهدها وخبراءها والاختصاصيين بهــا ، ولا نعلم ماذا تعطي هذه كلها الى ظاهرة الحساسية مستقبلا ٠٠

## الفهرســـت

---

رقم الايداع فى المكتبة الوطنية ببغداد ٦٦١
لسنة ١٩٨٨

---

١٠٠٠٠ / ٢٤ حزيران ١٩٨٨

---

مطبعة عصام ـ بغداد ـ هاتف ٤١٥٤٥٨٢




# دار التربية

للطباعة والنشر والتوزيع

بغداد - شارع المتنبي

تلفون ٤١٦٧٨٦١ ٤١٥٥٤٧٩

السعر ٧٥٠ فلساً

مطبعة منير ٤١٦٣١٧٥